

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata 1
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh :

DWI ARTI MUSTIKASARI

F 100 150 171

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN**

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

DWI ARTI MUSTIKASARI

F 100 150 171

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh :

Dosen

Pembimbing



Wisnu Sri Hertinjung S.Psi, M.Psi., Psikolog

NIK.877/0611047601

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN**

OLEH

DWI ARTI MUSTIKASARI

F.100150171

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Rabu, 29 Mei 2019
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Dewan Penguji :

1. Wisnu Sri Hertinjung, S.Psi., M.Psi., Psikolog
(Ketua Dewan Penguji)
2. Achmad Dwityanto, S.Psi., M.Si.
(Anggota I Dewan Penguji)
3. Setyo Purwanto, S.Psi., M.Si., Psikolog
(Anggota II Dewan Penguji)

(.....)

(.....)

(.....)



Dekan,

(Susatyo Yuwono., S.Psi., M.Si., Psikolog)

NIK.838/0624067301

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggung jawabkan sepenuhnya.



Surakarta, 24 Juni 2019

Penulis

DWI ARTI MUSTIKASARI

F100150171

HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS REMAJA YANG TINGGAL DI PANTI ASUHAN

Abstrak

Kesejahteraan psikologis merupakan hal yang penting dimiliki semua orang termasuk untuk remaja yang tinggal di panti asuhan. Kesejahteraan psikologis dianggap penting karena berhubungan dengan kehidupan seseorang yang dianggap berjalan dengan lancar. Tinggi rendahnya kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beberapa faktor dan salah satunya adalah efikasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan. Hipotesis penelitian yang diajukan adalah terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif korelasional. Pengumpulan data menggunakan skala kesejahteraan psikologis yang memiliki validitas yang bergerak dari 0,6-0,8 serta memiliki reliabilitas sebesar 0,744 dan juga menggunakan skala efikasi diri yang memiliki validitas yang bergerak dari 0,75-0,91 serta memiliki reliabilitas sebesar 0,831. Subjek penelitian diambil dengan teknik *cluster random sampling*, dengan mengelompokkan panti asuhan milik yayasan Muhammadiyah berdasarkan wilayah karesidenan Surakarta dan memilih secara random dari 22 panti asuhan milik yayasan Muhammadiyah menjadi 7 panti asuhan dengan jumlah subjek penelitian 150 orang remaja. Analisis menggunakan teknik korelasi *product moment* dan hasil yang didapatkan adalah terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan, yang dilihat dari hasil analisis data yang menunjukkan hasil korelasi $r=0,487$ dan $p=0,000$ ($p \leq 0,01$). Besarnya sumbangan efikasi diri mempengaruhi kesejahteraan psikologis sebesar 23,7%, dari hasil tersebut dapat diketahui uji hipotesis terbukti ada hubungan yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis.

Kata Kunci : *efikasi diri, kesejahteraan psikologis, remaja, panti asuhan*

Abstract

Psychological well-being is an important thing for everyone including adolescents who lives in an orphanage. Psychological well-being is considered important because it relates to the life of someone who is considered to be running smoothly. High and low psychological well-being is influenced by several factors and one of them is self-efficacy. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and psychological well-being of adolescents who live in orphanages. The research hypothesis proposed is that there is a positive relationship between self-efficacy and psychological well-being of adolescents who live in orphanages. The method used in this research is quantitative correlation. Data collection uses a psychological well-being scale that has validity that moves from 0.6-0.8 and has a reliability of 0.744 and also uses a self-efficacy

scale that has validity moving from 0.75-0.91 and has a reliability of 0.831. The research subjects were taken by cluster random sampling technique, by grouping orphanages belonging to the Muhammadiyah foundation based on Surakarta residency area and randomly choosing from 22 orphanages belonging to the Muhammadiyah foundation to 7 orphanages with a total of 150 research adolescents subjects. Analysis using product moment correlation techniques, and the results obtained are there is a positive relationship between self-efficacy and psychological well-being of adolescents who live in orphanages, which is seen from the results of data analysis which shows the results of the correlation $r = 0.487$ and $p = 0,000$ ($p \leq 0,01$). The magnitude of the contribution of self-efficacy affects psychological well-being of 23.7%, from these results it can be seen that the hypothesis testing is proven to have a significant relationship between self-efficacy and psychological well-being

Keywords : *self-efficacy, psychological well-being, adolescents, orphanages*

1. PENDAHULUAN

Setiap individu memiliki keinginan untuk mencapai kebahagiaan dengan hidup yang sejahtera, bukan hanya berupa kesejahteraan fisik atau biologis namun juga kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis merupakan persoalan yang menarik untuk dipelajari. Menurut Ryff (1989) ketika mempelajari kesejahteraan psikologis lebih mendalam, seseorang akan mampu menilai bagian mana yang kurang dari kehidupannya, karena dalam kesejahteraan psikologis terdapat nilai-nilai positif yang menjadi bagian dari indikator kesehatan mental. Kesejahteraan psikologis selain menjadi hal yang menarik untuk dipelajari, juga menjadi hal yang penting untuk dimiliki seseorang termasuk pada remaja. Kategori usia remaja diawali usia 10 tahun hingga 12 tahun dan diakhiri usia 18 hingga usia 22 tahun (Santrock, 2012). Pentingnya kesejahteraan psikologis dimiliki remaja tidak sejalan dengan kenyataan yang ada, karena kesejahteraan psikologis remaja di Indonesia masih tergolong kurang dan hal ini dinyatakan oleh Prabowo (2017) dimana di Indonesia remaja belum memiliki kesejahteraan psikologis yang optimal karena masih memiliki kenakalan remaja yang masih tinggi. Seperti yang diungkapkan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) bahwa dalam 7 tahun terakhir terdapat 26.954 kasus kenakalan yang melibatkan anak (Setyawan, 2018).

Penanganan dari kenakalan remaja membutuhkan peran serta dari lingkungan terdekat terutama keluarga, karena menurut Unayah, Muslim, dan Sabarisman (2015) keluarga merupakan unsur utama yang melakukan sosialisasi nilai, norma, dan tujuan. Ketika angka kenakalan remaja semakin tinggi, itu merupakan dampak dari tidak terlaksananya nilai dan norma karena adanya kesalahan keluarga dalam mendidik. Pentingnya peran keluarga dalam membentuk nilai, norma, dan tujuan tidak diterima oleh semua remaja, sebagian dari remaja tersebut harus tinggal di panti asuhan, dan remaja menjadi sebagian besar penghuni panti asuhan yang sesuai dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan pengasuh salah satu panti asuhan yatim putra Muhammadiyah yang mengungkapkan bahwa 20 anak dari 34 anak yang tinggal di panti asuhan tersebut termasuk di kategori usia remaja.

Masing-masing anak yang tinggal di panti asuhan memiliki latar belakang yang berbeda, diantaranya mengalami beberapa peristiwa seperti salah satu orang tua atau kedua orang tua yang sudah meninggal atau keterbatasan ekonomi. Menurut Hilfin (dalam Budiani & Lesmana, 2013) berbagai peristiwa yang dialami remaja tersebut akan mempengaruhi kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan. Tingkat kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan pernah diteliti oleh Navpreet, Kaur, Meenakshi, dan Kaur (2017) yang mengungkapkan bahwa sebagian besar anak yatim yang tinggal di panti asuhan memiliki permasalahan dalam kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis. Hailegiorgis, dkk. (2018) juga dalam penelitiannya menunjukkan bahwa anak-anak non yatim memiliki kesejahteraan psikologis yang 10,8% lebih tinggi daripada anak-anak yatim.

Seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis berhubungan dengan kehidupan seseorang yang dianggap berjalan dengan lancar (Huppert, 2009). Menurut Ryff (1989) seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi memiliki pikiran yang positif tentang dirinya, mampu berhubungan baik dengan orang lain, mempunyai kemandirian, serta mempunyai kemauan untuk berkembang. Sedangkan, seseorang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah menurut Utami (2016) memiliki indikator yaitu merasa tidak bahagia,

tertekan dan tidak aman, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas, depresi, kepercayaan diri rendah, mudah curiga, dan berperilaku agresif serta destruktif pada lingkungan.

Kesejahteraan psikologis memiliki aspek – aspek yang diungkapkan oleh Ryff (1996) yang terdiri dari penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pengembangan diri. Selain itu terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis, meliputi sosiodemografi, sosial ekonomi status pendidikan, kepribadian, dan umur (Ryff, 1995), kemudian oleh Prabowo (2017) faktor tersebut ditambahkan jenis kelamin dan dukungan sosial. Sedangkan Prayogi, F., Muslihati, dan Handarini (2017) juga menambahkan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis yaitu efikasi diri dan optimisme.

Berdasarkan dari beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis tersebut, dapat diketahui bahwa salah satunya adalah efikasi diri. Efikasi diri adalah kepercayaan yang dimiliki seseorang tentang kemampuannya untuk melakukan kegiatan yang ingin dicapai dan berpengaruh dengan kehidupannya, dimana kepercayaan tersebut mempengaruhi cara seseorang merasakan, berpikir, memotivasi diri dan bertindak (Bandura, 1994). Menurut Bandura (1994) efikasi diri seseorang dapat diukur berdasarkan tiga dimensi yaitu *magnitude* (level/tingkat), *strenght* (kekuatan), dan *generality* (generalisasi).

Yuliyani (2017) mengungkapkan terdapat dua tipe efikasi diri. Tipe seseorang yang memiliki efikasi diri rendah yaitu selalu menghindari pekerjaan berat, saat menghadapi kesulitan akan berhenti, tidak berani memiliki cita-cita yang tinggi dan tidak memiliki komitmen dengan tujuan yang dipilih, memiliki orientasi terhadap kegagalan, tidak melakukan usaha dengan maksimal, mudah menyerah, stress, dan depresi. Sedangkan tipe seseorang yang memiliki efikasi diri tinggi yaitu menyukai pekerjaan berat yang menjadikannya untuk maju, memiliki tujuan hidup, gigih dalam berusaha, berpikiran strategis, serta ketika gagal dia akan menyadari kegagalannya dan berusaha lebih.

Remaja yang tinggal di panti asuhan diharapkan memiliki efikasi diri yang tinggi sehingga memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi pula. Kesejahteraan

psikologis yang tinggi ditunjukkan dengan terpenuhinya aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis. Namun, berdasarkan hasil wawancara kepada seorang pengasuh dan dua orang remaja penghuni salah satu panti asuhan yayasan Muhammadiyah di kota Surakarta yang dilakukan oleh peneliti, beberapa aspek dari kesejahteraan psikologis tersebut belum terpenuhi, diantaranya pada spek hubungan positif dengan orang lain, kemandirian, dan penguasaan lingkungan. Masih adanya aspek-aspek dari kesejahteraan psikologis yang belum terpenuhi, menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan masih tergolong rendah dan begitu pula efikasi dirinya, karena menurut Prayogi, F., Muslihati, dan Handarini (2017) efikasi diri dan kesejahteraan psikologis memiliki pengaruh, apabila salah satu rendah maka yang lainnya akan rendah pula dan begitu pula sebaliknya. Penelitian tentang hubungan antara efikasi diri dan kesejahteraan psikologis pernah juga dilakukan Utami (2016) yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa efikasi diri dan kesejahteraan psikologis memiliki pengaruh positif, dimana ketika efikasi diri meningkat maka akan meningkatkan kesejahteraan psikologis dan ketika efikasi diri rendah maka akan menurunkan kesejahteraan psikologis.

Berdasarkan uraian fenomena diatas, maka peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan. Kemudian peneliti mengajukan hipotesis penelitian yaitu terdapat hubungan yang positif antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan.

2. METODE

Metode penelitian yang dipilih adalah metode penelitian kuantitatif korelasional. Variabel penelitian terdiri dari variabel bebas yaitu efikasi diri dan variabel tergantung yaitu kesejahteraan psikologis. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode skala, penyusunan skala menggunakan model *linkert* yang memiliki empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala yang digunakan adalah skala kesejahteraan psikologis yang dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Ariyanti (2017) yang disusun berdasarkan aspek dari Ryff (1996) yaitu

penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, tujuan dalam hidup, dan pengembangan diri. Serta skala efikasi diri yang dimodifikasi dari skala yang disusun oleh Rahmawati (2017) yang disusun berdasarkan aspek dari Bandura (1994) yaitu *magnitude, strenght, dan generality*.

Skala kesejahteraan psikologis dan skala efikasi diri masing-masing berjumlah 25 aitem setelah dilakukan uji validitas melalui proses *expert judgement* dan uji reliabilitas. Koefisien validitas isi skala kesejahteraan psikologis yang dihitung menggunakan formula Aiken's V menunjukkan koefisien validitas bergerak dari 0,6 – 0,8 dan untuk skala efikasi diri yang dihitung juga menggunakan formula Aiken's V menunjukkan koefisien validitas yang bergerak dari 0,75 – 0,91. Reliabilitas pada skala kesejahteraan psikologis diuji menggunakan metode alpha cornbach memiliki reliabilitas sebesar 0,744 dan pada skala efikasi diri diuji menggunakan metode *alpha cornbach* memiliki reliabilitas sebesar 0,831.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini dengan *cluster random sampling, cluster* dilakukan dengan mengelompokkan panti asuhan yang berada di karesidenan Surakarta dan random yang dilakukan adalah melakukan pengacakan dari 22 panti asuhan milik yayasan Muhammadiyah yang berada di karesidenan Surakarta dipilih menjadi tujuh panti asuhan saja. Tujuh panti asuhan tersebut terdiri dari Subjek yang diambil dari masing-masing panti terdiri dari PAYM Sragen sejumlah 20 orang, PAYM Karanganyar sejumlah 16 orang, PAKYM Surakarta sejumlah 20 orang, PAYM Wonogiri sejumlah 21 orang, Panti Asuhan Aisyiyah Putri Klaten sejumlah 25 orang, Panti Asuhan Aisyiyah Putri Sukoharjo sejumlah 35 orang, dan Panti Asuhan Aisyiyah 02 Tlatar Boyolali sejumlah 13 orang sehingga jumlah subjek penelitiannya berjumlah 150 orang.

Metode analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi *product moment* yang digunakan untuk melihat arah dan kekuatan hubungan linear antara kedua variabel. Uji analisis bisa digunakan setelah dilakukan uji prasyarat, uji prasyarat yang dilakukan meliputi uji normalitas dan uji linearitas.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data untuk menguji hipotesis menggunakan teknik korelasi *product moment* dan diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,487 dan (p) sebesar 0,000 ($p < 0,01$) yang menunjukkan adanya hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi efikasi diri remaja yang tinggal di panti asuhan maka akan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya, demikian sebaliknya semakin rendah efikasi diri remaja yang tinggal di panti asuhan maka akan semakin rendah pula kesejahteraan psikologisnya. Dapat disimpulkan dari hasil yang diperoleh bahwa hipotesis penelitian dapat diterima.

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

		Kesejahteraan Psikologis	Efikasi Diri
Kesejahteraan Psikologis	Pearson Correlation	1	,487**
	Sig. (1-tailed)		,000
	N	150	150
Efikasi Diri	Pearson Correlation	,487**	1
	Sig. (1-tailed)	,000	
	N	150	150

Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan Siddiqui (2015) yang hasilnya menunjukkan bahwa efikasi diri meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa, kemudian Utami (2016) juga menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh positif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis pada mahasiswa, selain itu Prayogi, F., Muslihati, dan Handarini (2017) juga melakukan penelitian dengan hasil signifikansi 0,000 ($<0,05$) yang artinya adanya hubungan antara efikasi diri terhadap kesejahteraan psikologis. Ketiga penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa ketika efikasi diri tinggi maka akan tinggi pula kesejahteraan psikologis, begitu pula sebaliknya ketika efikasi diri rendah maka akan rendah pula kesejahteraan psikologisnya.

Hasil analisis dari total 150 subjek diketahui variabel kesejahteraan psikologis memiliki Rerata Empirik (RE) sebesar 73,62 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 62,5 yang berarti kesejahteraan psikologis subjek tergolong tinggi.

Tabel 2. Hasil Kategorisasi Kesejahteraan Psikologis

Skor Interval	Kategori	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Presentase (%)
$25 \leq X < 40$	Sangat Rendah			0	0 %
$40 \leq X < 55$	Rendah			0	0 %
$55 \leq X < 70$	Sedang	62,5		42	28 %
$70 \leq X < 85$	Tinggi		73,62	99	66 %
$85 \leq X < 100$	Sangat Tinggi			9	6 %
Jumlah				150	100 %

Berdasarkan hasil analisis tersebut kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal di panti asuhan yang tergolong tinggi, berbeda dengan penelitian yang dilakukan pernah oleh Sepriani (dalam Hartato Basaria, & Patmonodewo, 2017) yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis remaja di panti asuhan lebih banyak yang berada dibawah dibawah rata-rata, begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Navpreet, Kaur, Meenakshi, dan Kaur (2017) yang dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa sebagian besar anak yatim yang tinggal di panti asuhan memiliki permasalahan kesehatan fisik dan kesejahteraan psikologis.

Tingginya kesejahteraan psikologis remaja yang tinggal panti asuhan putra Muhammadiyah dan panti asuhan putri Aisyiyah dipengaruhi oleh beberapa hal, yang dilihat dari hasil observasi subjek yang memiliki interaksi yang baik dengan teman-teman sesama penghuni panti asuhan. Interaksi yang baik tersebut ditunjukkan dengan perilaku antara satu orang dengan orang yang lain saling berkomunikasi serta bercanda bersama, tidak membedakan antara satu orang dan orang lain, anak yang lebih dewasa menganggap anak yang lebih muda sebagai adiknya sendiri dan untuk perselisihan antar orang juga jarang terjadi. Sedangkan

interaksi antara pengasuh dan anak-anak panti juga berjalan dengan baik, karena anak-anak panti merasa nyaman tinggal di panti asuhan dan mendengarkan serta menjalankan nasehat dari pengasuh dengan seksama. Selain itu adanya fasilitas dan lingkungan nyaman yang diberikan membuat subjek merasa betah tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan juga menunjukkan sikap kemandiriannya, yaitu dengan mampu mempersiapkan kebutuhan sehari-harinya dan tidak selalu bergantung kepada pengasuh dan teman yang lain.

Ketika remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi maka akan cenderung memiliki kesehatan mental yang baik, memiliki tujuan hidup untuk masa depan, dan ditunjukkan dengan perasaan senang serta merasa cukup dengan kehidupannya. Seperti yang diungkapkan oleh Ryff (1989) individu yang memiliki kesejahteraan psikologis tinggi cenderung memiliki pikiran positif tentang dirinya, mampu berhubungan baik dengan orang lain, mempunyai kemandirian, serta mempunyai keinginan untuk menjadi individu yang berkembang.

Kemudian hasil analisis dari total 150 subjek dapat diketahui bahwa variabel efikasi diri memiliki Rerata Empirik (RE) sebesar 77,79 dan rerata hipotetik (RH) sebesar 62,5 yang berarti efikasi diri subjek tergolong tinggi.

Tabel 3. Hasil Kategorisasi Efikasi Diri

Skor Interval	Kategori	Rerata Hipotetik (RH)	Rerata Empirik (RE)	Frekuensi (ΣN)	Presentase (%)
$25 \leq X < 40$	Sangat Rendah			0	0 %
$40 \leq X < 55$	Rendah			0	0 %
$55 \leq X < 70$	Sedang	62,5		20	13,3 %
$70 \leq X < 85$	Tinggi		77,79	100	66,7 %
$85 \leq X < 100$	Sangat Tinggi			30	20 %
Jumlah				150	100 %

Efikasi diri remaja yang tinggal di panti asuhan tergolong tinggi karena subjek didukung dengan lingkungan panti asuhan yang memiliki fasilitas

pendukung kegiatannya, seperti tersedianya pendidikan formal dan keagamaan selain itu juga adanya badan usaha yang dijalankan oleh panti asuhan ikut serta menjadi sarana belajar subjek berwirausaha, sehingga subjek memiliki kesempatan untuk menambah kemampuan yang dimiliki. Ketika remaja yang tinggal di panti asuhan memiliki efikasi diri yang tinggi, maka individu tersebut mempunyai keinginan untuk maju dengan mempelajari semua hal, memiliki tujuan dalam hidupnya, serta gigih dalam menghadapi semua persoalan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Yuliyani (2017) seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi memiliki ciri-ciri menyukai pekerjaan yang berat dan menjadikannya ujian untuk maju, memiliki tujuan hidup yang menantang dan menyelesaikan pekerjaan tersebut, gigih dalam melakukan usaha, berpikiran strategis, ketika menghadapi kegagalan dia menyadari kegagalan yang diperoleh karena kurangnya usaha hingga perlu usaha yang lebih.

Subjek yang memiliki efikasi diri yang tinggi ditunjukkan dengan beberapa hal. Diantaranya kemampuannya dalam melakukan penilaian atau pemilihan sikap yang akan diambil dalam menghadapi suatu persoalan, subjek yang memiliki efikasi diri akan berusaha untuk menghadapi semua persoalannya walaupun persoalan tersebut tidak mudah untuk dihadapi. Hal ini dilihat dari sikap subjek yang memilih untuk bertahan tinggal di panti asuhan dan hidup mandiri tanpa keluarga dibandingkan harus menyerah dalam menghadapi persoalan tersebut dengan melarikan diri dari panti asuhan.

Selain itu, ditunjukkan pula dengan besar keyakinan yang dimiliki subjek pada kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi persoalannya, subjek yang memiliki efikasi diri memiliki keyakinan yang kuat dan sulit untuk digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung atau menghambat. Hal ini dilihat dari hasil wawancara, dimana subjek mengatakan bahwa mereka memiliki pandangan dengan masa depannya dan memiliki tujuan serta cita-cita yang ingin diraih setelah menyelesaikan pendidikan formalnya. Subjek tidak merasa kurang percaya diri untuk memiliki mimpi walaupun mereka tinggal di panti asuhan dan subjek juga memiliki keyakinan dengan semua kemampuannya untuk meraih semua mimpinya.

Kemudian, ditunjukkan juga dengan keyakinan yang dimiliki subjek dalam melakukan berbagai aktivitas dalam situasi yang bervariasi, sehingga semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki maka semakin yakin subjek dalam menghadapi berbagai aktivitas dalam waktu yang hampir bersamaan. Hal ini ditunjukkan juga dengan kemampuan subjek dalam melakukan berbagai aktivitas dengan seimbang, seperti menyelesaikan pendidikan formal, mengikuti kegiatan keagamaan yang diagendakan di panti asuhan, dan melakukan kegiatan-kegiatan berwirausaha seperti membantu dalam operasional amal usaha yang dilakukan di masing-masing panti.

Subjek yang memiliki efikasi diri akan berhubungan dengan bagaimana cara dia dalam menjalani kehidupannya, diantaranya subjek memiliki perasaan yang senang, memperoleh dukungan dari orang lain, memiliki tujuan hidup yang jelas, merasa cukup dengan yang dimiliki, dan memiliki rasa percaya diri (Utami, 2016). Dari beberapa hal tersebut diketahui bahwa kehidupan subjek dapat dianggap berjalan dengan lancar, yang menurut Huppert (2009) kehidupan seseorang yang dianggap berjalan dengan lancar berhubungan dengan kesejahteraan psikologis yang dimiliki seseorang. Jadi subjek yang memiliki efikasi diri berhubungan dengan kesejahteraan psikologisnya, ketika efikasi diri subjek tinggi maka akan tinggi juga kesejahteraan psikologisnya.

Subjek yang memiliki efikasi diri yang tinggi dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat disimpulkan bahwa subjek tersebut memiliki keyakinan dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga mampu menerima kekurangan serta kelebihanannya dan memiliki tujuan hidup untuk masa depannya. Hal ini sesuai dengan pernyataan Putri dan Rustika (2017) dimana remaja yang memiliki keyakinan yang konsisten dengan kemampuan dirinya memiliki kesempatan untuk meraih keberhasilan atas tujuannya, sehingga dapat mengarahkan pada tercapainya kesejahteraan psikologis.

Subjek yang memiliki efikasi diri yang tinggi dengan kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat disimpulkan bahwa subjek tersebut memiliki keyakinan dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga mampu menerima kekurangan serta kelebihanannya dan memiliki tujuan hidup untuk masa depannya.

Sesuai dengan pernyataan Putri dan Rustika (2017) dimana remaja yang memiliki keyakinan yang konsisten dengan kemampuan dirinya memiliki kesempatan untuk meraih keberhasilan atas tujuannya, sehingga dapat mengarahkan pada tercapainya kesejahteraan psikologis.

Variabel efikasi diri dalam penelitian ini memiliki sumbangan efektif (SE) sebesar 23,7% sehingga 76,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lainnya. Faktor lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Prayogi, F., Muslihati dan Handarini (2017) diantaranya efikasi diri, optimisme, dan juga dukungan sosial. Selain itu Keyes, Shmotkin, dan Ryff (2002) juga berpendapat bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis diantaranya sosiodemografi, sosial ekonomi, status pendidikan, kepribadian, umur, dan *extraversion*. Prabowo (2017) juga mengemukakan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis meliputi usia, dukungan sosial, dan jenis kelamin. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dengan semua aspek yang ada di dalamnya memberikan kontribusi terhadap kesejahteraan psikologis sebesar 23,7%.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa, ada hubungan positif yang sangat signifikan antara efikasi diri dengan kesejahteraan psikologis, artinya semakin tinggi efikasi diri remaja yang tinggal di panti asuhan semakin tinggi pula kesejahteraan psikologisnya, demikian sebaliknya semakin rendah efikasi diri remaja yang tinggal di panti asuhan maka akan semakin rendah pula kesejahteraan psikologisnya. Dari hasil tersebut dapat diketahui bahwa tingkat variabel efikasi diri dan kesejahteraan psikologis tergolong tinggi, artinya remaja yang tinggal di panti asuhan yayasan Muhammadiyah dan Aisyiyah memiliki efikasi diri yang tinggi. Efikasi diri memberikan sumbangan efektif (SE) dengan kesejahteraan psikologis sebesar 23,7%. Artinya 23,7% efikasi diri mempengaruhi kesejahteraan psikologis, sedangkan 76,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

Bagi pengasuh panti asuhan yayasan Muhammadiyah dan yayasan Aisyiyah, disarankan mempertahankan dan meningkatkan dalam memberikan

motivasi serta dukungan kepada subjek untuk berani memiliki impian dan pantang menyerah dalam menghadapi permasalahan, dengan pemberian motivasi dari pengasuh diharapkan subjek semakin memiliki keyakinan dengan kemampuan yang dimiliki.

Bagi subjek disarankan untuk mempertahankan dan lebih meningkatkan keyakinan atas kemampuan yang dimilikinya, dengan cara berani mempelajari berbagai hal baru untuk menambah pengalaman seperti mengikuti kegiatan keorganisasian/kepanitiaan di sekolah dan tidak menghindar pada saat menghadapi berbagai macam permasalahan. Kemudian, ketika mengalami kegagalan dalam menyelesaikan permasalahan, subjek diharapkan melakukan evaluasi atas usaha yang sudah dilakukan dan pantang menyerah untuk menyelesaikan permasalahan dengan berbagai macam usaha yang lain.

Bagi ilmuan selanjutnya disarankan untuk meneliti kesejahteraan psikologis dengan menggunakan variabel selain efikasi diri, sehingga dapat diungkap kontribusi variabel lain diluar variabel efikasi diri. Hal ini dapat dilakukan untuk memberikan wawasan dan pengetahuan baru mengenai kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti. (2017). *Hubungan Forgiveness dan Kecerdasan Emosi dengan Psychological Well-Being pada Mahasiswa* (Skripsi yang tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Bandura, A. (1994). *Self-Efficacy. Encyclopedia of human behavior* (Vol. 4). <https://doi.org/10.1002/9780470479216.corpsy0836>
- Budiani, M. S., & Lesmana, W. I. (2013). Hubungan antara Harga Diri dan Tingkat Stres dengan Psychological Well-Being pada Remaja di Panti Asuhan Muhammadiyah Wiyung dan Karangpilang Surabaya. *Psikologi*, 2(2), 1–7.
- Hailegiorgis, M. T., Berheto, T. M., Sibamo, E. L., Asseffa, N. A. A., Tesfa, G., & Birhanu, F. (2018). Psychological Wellbeing of Children at Public Primary Schools in Jimma Town: An Orphan and Non-Orphan Comparative Study. *PLoS ONE*, 13(4), 1–9. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0195377>

- Hartato, Basaria, I., & Patmonodewo, S. (2017). Terapi Well-Being untuk Meningkatkan Psychological Well-Being pada Remaja yang Tinggal di Panti Sosial Bina Remaja X. *Jurnal Psikologi Psibernetika*, 10(1), 20–29.
- Huppert, F. a. (2009). A New Approach to Reducing Disorder and Improving Well-Being.(Report). *Perspectives on Psychological Science*, 4(1), 108. <https://doi.org/10.1111/j.1745-6924.2009.01100.x>
- Keyes, C. L. M., Shmotkin, D., & Ryff, C. D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6), 1007–1022. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>
- Navpreet, Kaur, S., Meenakshi, & Kaur, A. (2017). Physical Health Problems and Psychological Well-Being among Orphan Children of Selected Orphanage Homes. *International Journal of Health Sciences and Research*, 7(Oktober), 158–164.
- Prabowo, A. (2017). Gratitude dan Psychological Wellbeing pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 05(02), 260–270.
- Prayogi, F., Muslihati, Handarini, D. M. (2017). Hubungan Self Efficacy, Optimism, Social Support Dan Psychological Well-Being Peserta Didik Smk. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 2 Nomor 4(April), 508–515. <https://doi.org/OAJ-SHERPA/RoMEO-Google Scholar-IPI>
- Putri, P. N. A., & Rustika, I. M. (2017). Peran Pola Asuh Autoritatif, Efikasi Diri , dan Perilaku Prososial terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Akhir di Program Studi Pendidikan Dokter Gigi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, 4(1), 151–164.
- Rahmawati, S. N. (2017). *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja pada Siswa SMK Muhammadiyah Karanganyar* (Skripsi yang tidak dipublikasikan). Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>

- Ryff, C. D. (1996). Psychological Well-Being : Meaning , Measurement , and Implications for Psychotherapy, 53706, 14–23. <https://doi.org/10.1159/000289026>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development*. (N. I. Sallama, Ed.) (13th ed.). Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Setyawan, D. (2018). Komisi Perlindungan Anak Indonesia. Retrieved September 21, 2018, from <https://www.kpai.go.id>
- Siddiqui, S. (2015). Impact of Self-Efficacy on Psychological Well-Being among Undergraduate Students. *The International Journal of Indian Psychology*, 2(3).
- Unayah, N., Muslim, & Sabarisman. (2015). the Phenomenon of Juvenile Delinquency and Criminality. *Sosio Informa*, 1(2), 121–140. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22146/jpsi.6959>
- Utami, W. (2016). Pengaruh Kecenderungan Neurotik dan Self-Efficacy terhadap Psychological Well-Being pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang. *Journal An-Nafs*, 1(2), 202–226.
- Yuliyani, R. (2017). Peran Efikasi Diri (Self Efficacy) dan Kemampuan Berpikir Positif Terhadap Kemampuan Pemecahan. *Jurnal Formatif*, 7(2), 130–143.